

Keikutsertaan Masyarakat dalam Kegiatan Olahraga

Soegiyanto KS*

Diterima: Mei 2013. Disetujui: Juni 2013. Dipublikasikan: Juli 2013
© Universitas Negeri Semarang 2013

Abstrak Isu global yang terkait dengan gaya hidup sehat, salah satunya melalui aktivitas fisik telah menjadi referensi bagi berbagai negara dan institusi terus mendorong orang untuk aktif terlibat dalam aktivitas fisik, khususnya melalui kegiatan olahraga. Lembaga atletik di Indonesia pada umumnya dan Jawa Tengah dan Semarang pada khususnya juga menggunakan gaya hidup sehat isu global sebagai referensi untuk mengembangkan program dan menggunakannya sebagai arah dalam berbagai kegiatan. Dalam banyak kasus, Departemen Ilmu Keolahragaan FIK Unnes telah berpartisipasi berperan dalam mempromosikan gaya hidup sehat, baik sebagai sopir dan sebagai mitra bagi institusi lain. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui partisipasi masyarakat di Kabupaten Banyumanik, Gunungpati, Semarang selatan dan Tembalang. Penelitian ini menggunakan metode survei kuesioner untuk menangkap secara akurat situasi dan kondisi kegiatan olahraga masyarakat di kota Semarang, dan menyerap "rasa" masyarakat dalam berolahraga. Instrumen akan menangkap data kualitatif dan data kuantitatif. Analisis data yang digunakan bersama-sama sesuai dengan jenis data yang diperoleh dalam rangka mencapai tujuan penelitian. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan: (1) Partisipasi masyarakat dalam olahraga (2) Status Remaja sebagai siswa SMA, memiliki kesadaran untuk melakukan latihan, dan Tembalang, rendah, (2) Status Remaja sebagai siswa SMA, memiliki kesadaran melakukan latihan, (3) Remaja statusnya sebagai mahasiswa, memiliki kesadaran untuk peralatan awal / peralatan olahraga secara mandiri, (4) jenis aktivitas fisik yang dilakukan adalah cara yang paling sehat.

Kata Kunci: Isu-isu global, kegiatan olahraga; institusional

Abstract Global issues related to healthy lifestyle, one of them through physical activity has become a reference for many nations and institutions continue to encourage people to actively engage in physical activity, particularly through sporting activities. Athletic institutions in Indonesia in general and Central Java and Semarang in particular also uses a global issue healthy lifestyle as a reference to develop the program and use it as a direction in a variety of activities. In many instances, the Department of Sport Science FIK Unnes have participated instrumental in promoting a healthy lifestyle, both as a driver and as a partner for other institutions. Purpose of this study was to determine the community's participation

in the District Banyumanik, Gunungpati, Semarang south and Tembalang. This study used a questionnaire survey method to capture accurately the situation and condition of the public sports activities in the city of Semarang, and absorb the "taste" of society in exercising. Instruments will capture qualitative data and quantitative data. Analysis of the data used together according to the type of data obtained in order to achieve the research objectives. From the research it can be concluded: (1) Community participation in sports (2) Teens status as high school students, have awareness of doing exercise, and Tembalang, low, (2) Teens status as high school students, have awareness of doing exercise, (3) Teens status as a student, have a consciousness for a preliminary equipment / exercise equipment independently, (4) type of physical activity performed is the most healthy way.

Keywords: Global issues; sports activities; institutional

PENDAHULUAN

Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Semarang (FIK Unnes) merupakan satu-satunya lembaga pendidikan tenaga kependidikan dalam bidang keolahragaan setingkat fakultas yang ada di Jawa Tengah. Dalam kerangka visi FIK yang berkarakter, sehat, dan unggul di bidang keolahragaan dan kesehatan pada tahun 2020, lembaga ini mengemban misi sebagai berikut: 1) Mengembangkan sumber daya manusia yang profesional di bidang Ilmu Keolahragaan dan Ilmu Kesehatan Masyarakat; 2) Mengembangkan Ilmu Keolahragaan dan ilmu Kesehatan Masyarakat melalui kegiatan penelitian serta mengabdikan kepada masyarakat; 3) Menghasilkan karya-karya di bidang ilmu keolahragaan dan ilmu kesehatan masyarakat yang relevan dengan kebutuhan masyarakat; 4) Mengembangkan pusat kajian olahraga, dan kesehatan masyarakat; 5) Mengembangkan kerjasama yang saling menguntungkan dengan berbagai pihak ditingkat regional, nasional dan internasional; 6) Berperan serta dalam pembangunan olahraga nasional, melalui penerapan IPTEK mutakhir.

*Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang
E-mail: soegiyanto_ks@yahoo.com

Dengan visi dan misi tersebut, FIK Unnes bertujuan untuk menghasilkan : 1) Lulusan yang bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berbudi pekerti luhur, bermartabat, bertanggung jawab, berwawasan luas, dan siap melaksanakan tanggung jawab yang dibebankan kepadanya; 2) Lulusan yang berkompentensi akademik dalam bidang Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Ilmu Keolahragaan dan Ilmu Kesehatan Masyarakat sesuai dengan jurusan / program studi masing-masing; 3) Lulusan yang terampil, mandiri, dan mampu bersaing dalam dunia global; 4) Lulusan yang berkompentensi sebagai peneliti dan menerapkan serta mengabdikan ilmu dan keterampilannya untuk memberikan manfaat kepada masyarakat, nusa, dan bangsa.

Untuk mewujudkan semua hal di atas, Jurusan Ilmu Keolahragaan FIK Unnes dituntut untuk selalu mengetahui, mencermati maupun menyerap segala sesuatu yang sedang terjadi dan berkembang di masyarakat, khususnya masyarakat yang berada di wilayah di mana lembaga ini berada, baik dalam hal keolahragaan maupun kesehatan. Oleh sebab itu diharapkan arah dan tujuan pengelolaan pembelajaran, penelitian, maupun pengabdian pada masyarakat di Jurusan Ilmu keolahragaan FIK Unnes, senantiasa sesuai dengan perkembangan dan kebutuhan nyata di masyarakat.

Isu global terkait gaya hidup sehat, salah satunya melalui aktivitas fisik telah menjadi acuan banyak negara dan lembaga untuk senantiasa mendorong masyarakat untuk aktif terlibat dalam aktivitas fisik, khususnya melalui kegiatan olahraga. Lembaga-lembaga keolahragaan di Indonesia pada umumnya dan Jawa Tengah serta Semarang pada khususnya juga menggunakan isu global gaya hidup sehat sebagai salah satu rujukan untuk menyusun program dan menggunakannya sebagai arah dalam berbagai kegiatan. Dalam berbagai kesempatan, Jurusan Ilmu Keolahragaan FIK Unnes telah ikut serta berperan dalam mendorong gaya hidup sehat, baik sebagai penggerak maupun sebagai mitra bagi lembaga lain.

Agar upaya untuk berperan serta dan mampu memberi kontribusi yang berkualitas dalam mendorong gaya hidup sehat bagi masyarakat luas, dirasa perlu bagi Jurusan Ilmu Keolahragaan FIK Unnes untuk memotret secara akurat situasi dan kondisi aktivitas keolahragaan masyarakat umum di kota

Semarang, dan menyerap "selera" masyarakat dalam berolahraga. Dengan demikian diharapkan diperoleh data akurat dan faktual untuk mengimplementasikan berbagai kebijakan, menyusun program kegiatan serta memberi arah kegiatan secara tepat.

Olahraga dan Berolahraga

Olahraga dan berolahraga merupakan hak asasi setiap orang tanpa membedakan ras, agama, kelas sosial, maupun jenis kelamin. Oleh sebab itu Komite Olahraga Internasional (IOC) sejak tahun 1983 telah mempromosikan program yang disebut dengan Sport for All, olahraga bagi seluruh masyarakat. Program ini bertujuan mendorong terwujudnya suatu kondisi di mana aktivitas olahraga dapat dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat, tanpa mengenal batas usia, perbedaan jenis kelamin, maupun perbedaan kondisi sosial ekonomi. Di harapkan melalui program Olahraga untuk Masyarakat akan lebih menyebarluaskan manfaat kesehatan dan sosial yang bisa diperoleh oleh semua anggota masyarakat melalui aktivitas fisik secara teratur (<http://www.olympic.org/sport-for-all-commission>).

Olahraga untuk masyarakat juga dapat membantu untuk mewujudkan dan menempatkan nilai-nilai Gerakan Olimpiade ke dalam praktek, khususnya dalam hal mempromosikan kesehatan, pendidikan dan kesejahteraan melalui kegiatan olahraga yang dilakukan oleh semua lapisan masyarakat tanpa mengenal perbedaan.

Pengertian lebih lanjut tentang Sport for All dirumuskan dalam Kongres VIII Dunia Sport for All (Quebec, Mei 2000), yang menurutnya Sport for All harus memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Dari dan untuk semua kategori orang, pria dan wanita, dilakukan dari masa kanak-kanak sampai seluruh hidup mereka;
- 2) Memberikan perhatian terhadap meningkatnya kebutuhan olahraga bagi warga usia lanjut, kelompok minoritas dan mereka yang berkebutuhan khusus;
- 3) Dapat beradaptasi dengan kondisi lokal dan kemampuan setiap warga negara;
- 4) Berperan sebagai pelengkap atau penyempurna program olahraga elit.

Budaya gerak (movement culture) merupakan dasar atau landasan untuk mendorong terwujudnya masyarakat yang berolahraga. Pemahaman kritis terhadap budaya gerak suatu kelompok masyarakat

dapat menjadi modal dasar bagi pengembangan olahraga masyarakat. Menurut Krawczyk (dalam Cynarski & Obodynski, 2007) secara umum somatic culture dapat dikategorikan sebagai berikut:

- 1) Pola Estetik, yang dipengaruhi oleh tren bentuk ideal keindahan tubuh, sport fashion, dan olahraga sebagai gaya hidup, yang mencakup keharmonisan bentuk, kekuatan dan kebugaran jasmani yang secara dominan diikuti oleh sebagian besar masyarakat di satu masa.
- 2) Pola Hedonistik, yang lebih mementingkan impresi kinetik. Dalam pola ini gerak (movement) merupakan sumber kesenangan, hiburan dan kepuasan. Ini merupakan salah satu sebab, mengapa pada masyarakat yang memiliki pola hedonistik dalam budaya geraknya, mempraktekkan olahraga beladiri sebagai bentuk rekreasi.
- 3) Pola Asketik, yang pada dasarnya memiliki makna mengesampingkan atau menurunnya penghargaan terhadap tubuh dan kebutuhannya. Pola semacam ini biasanya berkembang dalam komunitas tertentu yang secara khusus memiliki sistem ideologi khusus dalam psychophysical self realization.
- 4) Pola Higienis, mewujudkan tujuan eksistensial dan utilitarian, berkat tindakan yang dilakukan oleh pihak sekolah, sistem pendidikan dan pelayanan kesehatan, dibuat menjadi layanan yang dapat diakses masyarakat umum. Hal ini terkait dengan tujuan profilaksis kesehatan dengan tujuan mengembangkan kebugaran jasmani generasi pemuda
- 5) Pola Kebugaran Jasmani, ini adalah kelanjutan dari tradisi ksatria dan militer. Saat ini tampaknya menjadi berguna terutama bagi pasukan militer dan sebagai suatu ide untuk memberi kompensasi terhadap situasi defisit peradaban gerakan fisik yang menyebabkan atrofi dan sejumlah penyakit peradaban.
- 6) Pola Agonis, mewujudkan suatu bentuk keberanian karena mengekspresikan dirinya melalui pertarungan dan persaingan dalam olahraga. Pada awalnya perilaku agonis hanya terbatas pada strata kelas tertentu, yaitu hanya pada golongan pria aristokrat. Seiring dengan ide murni amateurship dan prinsip fair play pola ini menyebabkan benturan aksiologis dari olahraga kontemporer.

Dalam naskah Sport for All yang

disusun oleh David Carmichael (2001) untuk kepentingan The Sport Alliance of Ontario, dijelaskan bahwa masyarakat di Eropa, melalui Dewan Eropa telah menyetujui Sport for All Charter (Anggaran Dasar Olahraga Masyarakat) pada tahun 1999, di mana anggaran dasar ini memuat beberapa aturan mengenai pelaksanaan Olahraga Masyarakat, sebagai berikut:

- 1). Semua individu memiliki hak untuk berpartisipasi dalam aktivitas olahraga
- 2). Olahraga harus didorong sebagai faktor penting dalam pembangunan manusia dan dukungan yang diperlukan untuk mewujudkan hal itu harus tersedia melalui dana publik
- 3). Sport, sebagai aspek sosial-budaya pembangunan, baik di tingkat lokal, regional dan maupun nasional harus terkait ke area pembuatan kebijakan dan perencanaan seperti pendidikan, kesehatan, layanan sosial, perencanaan kota, konservasi, seni pelayanan dan rekreasi.
- 4). Setiap pemerintah daerah harus mendorong kerjasama yang permanen dan efektif, antara otoritas publik dan organisasi sosial, dan harus mendorong pembentukan "mesin" nasional untuk pengembangan dan koordinasi Olahraga Masyarakat
- 5). Metode yang digunakan harus dapat melindungi olahraga dan olahragawan dari eksploitasi politik, komersial atau keuntungan finansial, dan dari praktek-praktek yang kasar dan merendahkan, termasuk perilaku yang tidak jujur dengan cara menggunakan obat-obatan.
- 6). Karena skala partisipasi tergantung pada, antara lain pada ragam dan aksesibilitas fasilitas, maka perencanaan fasilitas secara menyeluruh harus menjadi urusan pihak yang berwenang, harus memperhitungkan kebutuhan lokal, nasional dan regional, dan harus memasukkan tindakan yang dirancang untuk menjamin penuh penggunaan fasilitas baru maupun yang sudah ada.
- 7). Peraturan, termasuk undang-undang yang relevan, harus diperkenalkan dan disosialisasikan untuk memastikan terbukanya akses wilayah negara dan perairan untuk tujuan rekreasi.
- 8). Dalam setiap program pengembangan olahraga, untuk memenuhi kebutuhan personal yang kompeten pada semua

tingkat administrasi dan teknis manajemen, kepemimpinan dan pembinaan harus selalu dikedepankan.

Masih merujuk pada naskah Carmichael (2001), dijelaskan bahwa pada Konggres World Sport for All Congress VI tahun 1996 di Seoul, Korea, peserta menyusun dan mendeklarasikan sikap dan keyakinan peserta terhadap Sport for All, seperti berikut:

- 1). Harus dijamin untuk semua orang tanpa memandang usia, jenis kelamin, ras, agama, etnis, status sosial ekonomi dan fisik atau kemampuan mental
- 2). Yang terutama ditujukan bagi kebutuhan kesehatan fisik dan mental
- 3). Bukan merupakan kontradiksi dari olahraga elite
- 4). Pada tataran unit keluarga, berfungsi sebagai jejaring sosial dan merupakan dasar bagi perilaku manusia yang konstruktif
- 5). Mendorong kesatuan keluarga
- 6). Sebuah gerakan yang mendorong kualitas pendidikan jasmani dan kegiatan di sekolah, klub, asosiasi, badan profesional dan promosi nilai-nilai etika dan moral
- 7). Memberikan kontribusi terhadap pemanfaatan waktu luang secara positif
- 8). Memberikan kontribusi terhadap integrasi semua orang dan mencegah isolasi dan alienasi
- 9). Berfungsi sebagai tindakan pencegahan untuk memerangi perilaku anti-sosial
- 10). Sebagai alat pendidikan untuk melestarikan lingkungan dan untuk cadangan ruang terbuka di perkotaan.

Sementara itu di Indonesia, dengan merujuk pada isi Undang Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional, olahraga masyarakat disebut sebagai Olahraga Rekreasi yang memiliki pengertian: Olahraga Rekreasi adalah olahraga yang dilakukan oleh masyarakat dengan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat untuk kesehatan, kebugaran, dan kegembiraan.

Ruang lingkup olahraga rekreasi dalam Undang Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan dalam Pasal 19, seperti berikut ini:

- (1) Olahraga rekreasi dilakukan sebagai bagian proses pemulihan kembali kesehatan dan kebugaran.
- (2) Olahraga rekreasi dapat dilaksanakan oleh setiap orang, satuan pendidikan, lembaga, perkumpulan, atau organisasi olahraga.

- (3) Olahraga rekreasi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) bertujuan:
 - a. memperoleh kesehatan, kebugaran jasmani, dan kegembiraan;
 - b. membangun hubungan sosial; dan/ atau
 - c. melestarikan dan meningkatkan kekayaan budaya daerah dan nasional.
- (4) Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat berkewajiban menggali, mengembangkan, dan memajukan olahraga rekreasi.
- (5) Setiap orang yang menyelenggarakan olahraga rekreasi tertentu yang mengandung risiko terhadap kelestarian lingkungan, keterpeliharaan sarana, serta keselamatan dan kesehatan wajib:
 - a. menaati ketentuan dan prosedur yang ditetapkan sesuai dengan jenis olahraga; dan
 - b. menyediakan instruktur atau pemandu yang mempunyai pengetahuan dan keterampilan sesuai dengan jenis olahraga.
- (6) Olahraga rekreasi sebagaimana dimaksud pada ayat (5) harus memenuhi persyaratan yang ditetapkan oleh perkumpulan atau organisasi olahraga

Tentang pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi, juga telah diatur dalam Pasal 26 Undang Undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional, seperti berikut:

- (1) Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan dan diarahkan untuk memassalkan olahraga sebagai upaya mengembangkan kesadaran masyarakat dalam meningkatkan kesehatan, kebugaran, kegembiraan, dan hubungan sosial.
- (2) Pembinaan dan pengembangan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dilaksanakan oleh Pemerintah, pemerintah daerah, dan/atau masyarakat dengan membangun dan memanfaatkan potensi sumber daya, prasarana dan sarana olahraga rekreasi.
- (3) Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi yang bersifat tradisional dilakukan dengan menggali, mengembangkan, melestarikan, dan memanfaatkan olahraga tradisional yang ada dalam masyarakat.
- (4) Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan berbasis masyarakat dengan memperhatikan prinsip mudah, murah, menarik, manfaat, dan massal.

- (5) Pembinaan dan pengembangan olahraga rekreasi dilaksanakan sebagai upaya menumbuhkembangkan sanggar-sanggar dan mengaktifkan perkumpulan olahraga dalam masyarakat, serta menyelenggarakan festival olahraga rekreasi yang berjenjang dan berkelanjutan pada tingkat daerah, nasional, dan internasional.

METODE

Penelitian akan dilakukan di Kota Semarang, di wilayah Kecamatan Gajah Mungkur, Gayam Sari, Candisari, dan Genuk, melalui metode survei dengan menggunakan kuesioner dan panduan wawancara terbuka untuk menggali data. Populasi penduduk dewasa yang tercatat di ke empat wilayah kecamatan tersebut adalah sebagai berikut:

Kecamatan Banyumanik : 96.627 orang

Kecamatan Gunungpati : 54.022 orang

Kecamatan Semarang Selatan : 68.044 orang

Kecamatan Tembalang : 98.365 orang

Total : 317.058 orang

Penetapan jumlah sampel dilakukan dengan merujuk pada Tabel Rumus Isaac dan Michael (Sugiyono, 2008) pada $\alpha = 5\%$, diperoleh jumlah sampel 349 orang. Penarikan sampel sejumlah 349 orang akan dilakukan dengan teknik proportionate random sampling, dengan perincian sebagai berikut:

Kecamatan Banyumanik : $96.627/317.058 \times 349 = 106$ orang

Kecamatan Gunungpati : $54.022/317.058 \times 349 = 60$ orang

Kecamatan Semarang Selatan : $68.044/317.058 \times 349 = 75$ orang

Kecamatan Tembalang : $98.365/317.058 \times 349 = 108$ orang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 349 responden, yang tersebar di 4 kecamatan, yaitu Kecamatan Gunungpati, Banyumanik, Semarang Selatan, dan Tembalang, serta 49 kelurahan.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

	Frequency	Percent
Pegawai negeri	44	11.2
pegawai swasta	46	11.7
Pelajar	31	7.9
Mahasiswa	186	47.4
Ibu rumah tangga	14	3.6
Pedagang	6	1.5
lain-lain	19	4.8
Tidak bekerja	3	0.8
Total	349	89.0

Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa frekuensi terbesar pekerjaan/status responden adalah mahasiswa, yaitu sebesar 186 orang (47,4%), sedangkan paling sedikit berprofesi sebagai petani yaitu 3orang (0,8%).

1. Distribusi Rata-rata Olahraga Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Dari tabel 4.4 dapat diketahui bahwa responden yang berolahraga setiap hari ada 32 responden, dan yang terbanyak berpendidikan lulus SLTA yaitu sebanyak 25 orang. Responden yang berolahraga hanya 1 kali seminggu sebanyak 97 orang, dan yang terbanyak berpendidikan lulus SLTA, yaitu 58 orang.

2. Distribusi Jenis Olahraga berdasarkan Pekerjaan dan Pendidikan

Diketahui bahwa ada 23 orang yang berpendidikan lulus SLTA dan sekarang berstatus mahasiswa.. Ada 63 orang yang suka badminton, 33 orang diantaranya berpendidikan lulus SLTA dan sekarang berstatus mahasiswa.

3. Distribusi Fasilitas Olahraga Berdasarkan Pekerjaan

Diketahui ada 159 responden yang berstatus mahasiswa memiliki alat olahraga (sepeda, raket, bola, dll), dan ada 19 mahasiswa biasa menggunakan

- gedung/lapangan olahraga sebagai tempat untuk berolahraga.
4. Distribusi Waktu Menonton TV Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan
Diketahui bahwa ada 1 responden yang menonton TV rata-rata 7 jam sehari, yang berstatus mahasiswa, dan yang menonton TV hanya 30 menit ada 4 responden, masing masing 1 pegawai negeri dengan pendidikan sarjana, 1 mahasiswa, 1 pelajar dengan pendidikan lulus SLTP, serta 1 dengan pekerjaan lain-lain yang berpendidikan lulus SLTA.
 5. Distribusi Waktu Bekerja dengan Komputer Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan
Diketahui bahwa ada 2 responden yang bekerja dengan komputer 8 jam sehari, yaitu 2 pegawai swasta, dengan pendidikan masing-masing lulus SLTA dan sarjana.
 6. Distribusi Waktu Jalan/Bersepeda Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan
Diketahui bahwa ada 1 responden yang berjalan/bersepeda 8 jam sehari, yang berstatus pelajar, dengan tingkat pendidikan lulus SLTP.
 7. Distribusi Waktu Belajar Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan
Diketahui bahwa hanya ada 1 responden yang belajar selama 6 jam sehari, yaitu mahasiswa.
 8. Distribusi Waktu Menikmati Pertunjukan Berdasarkan Pekerjaan dan Pendidikan
Diketahui bahwa ada 1 responden yang hanya menikmati pertunjukan hanya 30 menit per minggu, yaitu 1 mahasiswa. Ada juga 1 responden yang menikmati pertunjukan 8 jam per minggu, yaitu 1 pegawai swasta yang berpendidikan lulus SLTP.
 9. Distribusi Waktu Mengunjungi Pusat Belanja Berdasarkan Pekerjaan dan Tingkat Pendidikan
Diketahui bahwa ada 1 responden yang mengunjungi pusat perbelanjaan hanya 30 menit per minggu, yaitu mahasiswa. Ada juga 5 responden yang mengunjungi pusat perbelanjaan 6 jam per minggu, yaitu 1 pegawai negeri yang berpendidikan SLTA, 1 pegawai swasta yang berpendidikan sarjana, 2 mahasiswa, dan 1 responden yang status pekerjaannya lain-lain dengan tingkat pendidikan sarjana.
 10. Distribusi Menghadiri Aktivitas Olahraga Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan
Diketahui bahwa ada 105 responden yang mengaku pernah menghadiri aktivitas responden, dan yang paling banyak adalah mahasiswa, yaitu sebanyak 48 orang. Responden tidak pernah menghadiri aktivitas olahraga sebanyak 243 responden, 138 orang diantaranya adalah mahasiswa.
 11. Distribusi Jenis Aktivitas Olahraga Yang Pernah Dihadiri Berdasarkan Pekerjaan dan Pendidikan
Diketahui bahwa jenis aktivitas olahraga terbanyak yang diikuti oleh responden adalah jalan sehat, yaitu sebanyak 39 responden, dan yang terbanyak mengikuti kegiatan tersebut berstatus mahasiswa, yaitu sebanyak 14 orang.
 12. Distribusi Alasan Berolahraga Berdasarkan Pekerjaan dan Pendidikan
Diketahui bahwa 2 responden memiliki alasan yang kurang untuk berolahraga, 156 mempunyai alasan yang sedang, dan 191 orang mempunyai alasan yang baik untuk berolahraga. Frekuensi terbanyak responden yang mempunyai alasan yang baik dalam berolahraga yang berstatus sebagai mahasiswa, yaitu 96 orang.
 13. Distribusi Halangan Untuk Berolahraga Berdasarkan Pekerjaan dan Pendidikan
Diketahui bahwa 111 responden mempunyai halangan yang lemah untuk tidak berolahraga, 54 orang diantaranya berstatus mahasiswa. Responden mempunyai halangan yang kuat untuk tidak berolahraga sebanyak 11 orang, dan responden yang mempunyai halangan yang sedang untuk tidak berolahraga sebanyak 227 orang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang keikutsertaan masyarakat dalam kegiatan Olahraga yang dilakukan di Kecamatan Banyumanik, Gunungpati, Semarang selatan, dan Tembalang Kota Semarang

1. Keikutsertaan masyarakat dalam kegiatan olahraga, terutama di Kecamatan Banyumanik, Gunungpati, Semarang selatan, dan Tembalang, tergolong rendah
2. Remaja yang berstatus sebagai pelajar SLTA, mempunyai kesadaran melakukan berolahraga.
3. Remaja yang berstatus sebagai mahasiswa, mempunyai kesadaran untuk menyipakan peralatan/perlengkapan olahraga secara mandiri

4. Jenis aktivitas fisik yang paling banyak dilakukan adalah jalan sehat

DAFTAR PUSTAKA

-, Sport for All, <http://www.olympic.org/sport-for-all-commission>, diunduh tanggal 26 Juni 2012
-, *Paper Of The Principles Of Sport For All, VIII World Congress of Sport For All Québec*, May 2000
- Carmichael, David. 2001. *Sport for All: An Overview*. Ontario: The Sports Alliance of Ontario
- Cynarski, Wojciech J. & Kazimierz Obodyński, "Factors and Barriers of Development of Far Eastern Martial Arts and Combat Sports in Poland", *Physical Culture and Sport Studies and Research* 1 Volume (XLV), 2007, pp 139-148
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta
- Undang-Undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional